

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN  
KETERLIBATAN IBU DALAM PENGASUHAN ANAK AUTIS**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**Cahyo Andika Wicaksono**

**201410230311161**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2018**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN  
KETERLIBATAN IBU DALAM PENGASUHAN ANAK AUTIS**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang  
sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh Gelar  
Sarjana Psikologi**

**Oleh:**

**Cahyo Andika Wicaksono**

**201410230311161**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG  
2018**

### LEMBAR PENGESAHAN

1. Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self Compassion* Dengan Keterlibatan Ibu Dalam Pengasuhan Anak Autis
2. Nama Peneliti : Cahyo Andika Wicaksono
3. NIM : 201410230311161
4. Fakultas : Psikologi
5. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang
6. Waktu Penelitian : 14 November 2017 – 06 April 2018

Skripsi ini telah diuji oleh dewan penguji pada tanggal

Dewan Penguji

Ketua Penguji : Dr. Diah Karmiyati, M. Si ( )

Anggota Penguji : 1. Dr. Siti Suminarti, M.Si ( )

2. Zainul Anwar, M.Psi ( )

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Diah Karmiyati, M. Si

Diana Savitri Hidayati, M. Psi

Malang, 09 April 2018

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

Muhammad Salis Yuniardi S.Psi.,M.Psi Ph.D

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Cahyo Andika Wicaksono  
Nim : 201410230311161  
Fakultas/ Jurusan : Psikologi  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/ karya ilmiah yang berjudul:

Hubungan antara *Self-Compassion* dengan Keterlibatan Ibu Dalam Pengasuhan Anak Autis

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/ skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 09 April 2018

Mengetahui,  
Ketua Program Studi

Yang Menyatakan

Materai  
6000

**Siti Maimunah, S.Psi., MM., M.A**

**Cahyo Andika Wicaksono**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara *Self-compassion* dengan Keterlibatan Ibu Dalam Pengasuhan Anak Autis” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang. Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan bimbingan dan arahan serta bantuan yang bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Muhammad Salis Yuniardi S.Psi, M.Psi, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang
2. Dr. Diah Karmiyati M.Si, dan Diana Savitri Hidayati, S.Psi., M.Psi, selaku pembimbing I dan Pembimbing II yang telah sabar dan banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, saran, kritik sekaligus arahan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik
3. Ni'matuzahroh, S.Psi., M.Si, selaku dosen wali yang telah memberikan pengarahan sejak awal semester hingga selesai tugas akhir ini
4. Keluarga penulis yaitu orang tua Duki Raharjo dan Setyowati dan kakak Achmad Junaidi yang telah memberikan doa selama penulis mengawali perkuliahan hingga saat ini
5. Kepala Lembaga Terapi Riverkids beserta jajarannya yang telah memberikan ijin dan bantuan untuk penelitian ini
6. Ibu Ifa yang telah meluangkan waktunya untuk membantu proses pencarian data penelitian ini
7. Teman-teman angkatan 2014 terutama kelas C dan teman-teman satu bimbingan skripsi yang telah memberikan bantuan dan masukan kepada penulis
8. Tim Laksono yang selalu memberikan semangat dan memberikan motivasi selama penelitian ini
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna, untuk itu kritik, saran dan komentar pembaca dapat menjadi pertimbangan demi perbaikan selanjutnya.

Malang, 09 April 2018

Penulis

Cahyo Andika Wicaksono

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR .....	vi
DAFTAR LAMPIRAN .....	vii
PENDAHULUAN .....	1
Keterlibatan Ibu .....	5
<i>Self-compassion</i> .....	6
<i>Self-compassion</i> dan Keterlibatan Ibu Dalam pengasuhan Anak Autis .....	7
Kerangka Berpikir .....	9
Hipotesa.....	10
METODE PENELITIAN.....	10
Rancangan Penelitian .....	10
Subjek Penelitian.....	10
Variabel dan Instrumen Penelitian .....	10
Prosedur dan Analisa Data Penelitian .....	11
HASIL PENELITIAN.....	11
DISKUSI.....	12
SIMPULAN DAN IMPLIKASI .....	14

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Demografi Anak.....	10
Tabel 2. Distribusi Demografi Ibu .....	10
Tabel 3. Kategorisasi Variabel.....	11
Tabel 4. Uji Korelasi.....	11



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir .....	8
-----------------------------------	---





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Blue print</i> skala sebelum <i>try out</i> .....	18
Lampiran 2. Hasil uji validitas-realibilitas item skala .....	18
Lampiran 3. <i>Blue print</i> skala sesudah <i>try out</i> .....	22
Lampiran 4. Skala <i>self compassion</i> dan <i>Mother Involvement</i> setelah <i>try out</i> .....	23
Lampiran 5. Perhitungan hasil uji korelasi <i>product moment</i> .....	28
Lampiran 6. Tabulasi data penelitian .....	29
Lampiran 7. Tabel distribusi frekuensi .....	32



## HUBUNGAN ANTARA *SELF -COMPASSION* DENGAN KETERLIBATAN IBU DALAM PENGASUHAN ANAK AUTIS

Cahyo Andika Wicaksono

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

Cahyoandika96@gmail.com

Sebagian besar wanita yang telah menjadi ibu memiliki kewajiban untuk mengasuh anak, namun mengasuh anak bukan merupakan hal yang mudah terlebih jika anak mengalami autisme. Keterlibatan dalam mengasuh anak autisme jauh lebih berat di bandingkan dengan anak-anak normal lainnya. Dengan segala kompleksitas yang dihadapi, bagi orang tua hal itu dapat menimbulkan perasaan menyalahkan diri sendiri apabila tidak mampu menghadapi dan menerima kesulitan tersebut. Kemampuan untuk memaknai sebuah kesulitan hidup sebagai hal yang biasa terjadi pada semua orang disebut sebagai *self compassion*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan keterlibatan ibu dalam pengasuhan anak autisme. Metode pengumpulan data menggunakan *self compassion scale* dan *mother involvement scale* (MIS). Pengambilan data melibatkan 50 orang ibu yang mempunyai anak autisme. Analisa data yang digunakan adalah korelasi *product moment*. Hasil koefisien korelasi ( $r=0,056$ ) dengan taraf signifikansi 1% serta nilai signifikansi sebesar 0,700. Menunjukkan bahwa hipotesa penelitian ditolak dengan gambaran tidak ada hubungan antara *self-compassion* dengan keterlibatan ibu dalam pengasuhan anak autisme karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,001.

Kata kunci: *Self-compassion*, Keterlibatan Ibu, Autism

*Most of women who have become mothers have obligation in parenting, but parenting is not easy thing especially if children has autism spectrum disorder. Involvement in parenting with autistic child is more complex compare to other normal children. By those complexities encountered, parents it can rise a feeling of self blaming if they are not able to deal with and accept it. Ability of being touched by, and open to one's own suffering, desiring to alleviate one's own suffering, and healing oneself with kindness is known as self-compassion. The purpose of this research is to know the correlation between self-compassion and mother involvement of autistic children. The data are collected using self-compassion scale and mother involvement scale. Data retrieval involves 50 people mother with autistic child. Data analysis using the product moment correlation. The results of correlation coefficient ( $r = 0,056$ ) and significance value= 0.700. Research shows that the hypothesis is rejected, it means that there is no correlation between self-compassion and mother involvement of autistic children because the significance value more than 0.001.*

Keyword: *Self-compassion, Mother Involvement, Autism*

Bagi sebagian besar orang saat tumbuh dewasa, hal yang ingin dilakukan adalah membentuk sebuah keluarga. Hal tersebut dilakukan sebagai bentuk aktualisasi dirinya atas kebutuhan akan cinta dan kasih sayang yang harus dipenuhi. Membentuk sebuah keluarga tentu saja menjadi hal yang membahagiakan. Namun dalam menjalani kehidupan berkeluarga tidak selamanya dapat berjalan mulus sesuai dengan apa yang kita inginkan. Permasalahan yang umumnya dirasakan oleh pasangan adalah terkait finansial dan permasalahan pada anak. Bentuk permasalahan yang berkaitan dengan anak biasanya meliputi pendidikan, perilaku anak yang bermasalah, dan pengasuhan anak (Brooks, 2011).

Dari berbagai bentuk permasalahan pada anak, yang sering dibahas adalah tentang pengasuhan pada anak. Mengasuh anak juga bukan merupakan hal yang mudah karena anak terlahir dengan kelebihan dan kekurangan masing-masing. Bagi orang tua yang memiliki anak normal pada umumnya, hal itu akan dirasakan sebagai suatu hal yang biasa. Namun pengasuhan yang dilakukan oleh orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, terutama anak autis, tentu akan berbeda. Hal tersebut dikarenakan pengasuhan pada anak autis harus dilakukan secara disiplin, mulai dari pembentukan perilaku hingga diet makanan yang harus dijala ni (Mangunsong, 2009).

Autis masuk kedalam gangguan perkembangan yang paling kompleks berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V* (Saptasari, 2017). Menurut Hallahan & Kauffman (2006), autis merupakan gangguan yang muncul seperti gejala penarikan diri yang ekstrem dari lingkungan sosialnya, gangguan dalam berkomunikasi, serta tingkah laku yang terbatas dan berulang (stereotipik) yang muncul ketika sebelum usia 3 tahun. Gangguan autisme juga lebih sering ditemukan pada anak laki-laki dibandingkan anak perempuan, dimana perbandingannya mencapai 4:1 (Mangunsong, 2009). Di Indonesia tahun 2015 diperkirakan terdapat kurang lebih 12.800 anak penyandang autis (klinikautis.com).

Pada kehidupan sehari-hari, anak yang mengalami gangguan autis memiliki keterbatasan atau jarak dengan lingkungan sekitarnya, mereka cenderung membentuk dunianya sendiri sehingga menyebabkan keterlambatan perkembangan (Sussman, 1999). Hal tersebut menjadikan anak autis membutuhkan dukungan yang optimal dari orang-orang terdekatnya agar dapat mencapai kemajuan. Keterbatasan yang dimiliki oleh anak autis membuat peran orang tua terhadap perkembangannya menjadi sangat penting, terutama ibu. Dagun (2002) menyatakan bahwa dalam pengasuhan anak pada dasarnya tidak hanya bergantung pada ibu tetapi juga ayah. Namun jika dihadapkan pada situasi dimana anak membutuhkan pengasuhan yang lebih intens, ibu sebagai seseorang yang memiliki naluri alami untuk mengasuh anak agar menjadi dominan.

Pada dasarnya ibu merupakan pendidik pertama dan utama bagi anak. Menurut Mulyadi & Sutadi (2014), pada permasalahan anak, peran orangtua tetap menjadi yang utama dan paling penting. Orangtua memiliki pengaruh terbesar dalam perkembangan anak autis, yaitu sekitar 92%, sedangkan terapis dan guru hanya berpengaruh sebesar 3-4% (Mahoney & MacDonald, 2007). Peran orangtua merupakan salah satu penentu dalam keberhasilan proses terapi, selain

profesional dan terapis (Mulyadi & Sutadi, 2014). Peran yang diharapkan dalam pengasuhan anak autis adalah secara konsisten dalam menjalankan program terapi saat anak berada di rumah, disiplin dalam menerapkan diet, dapat meluangkan waktu untuk mengantar anak melakukan terapi, serta aktif memonitor kemajuan anak.

Dalam metode pengasuhan anak tentu tidak dapat dipisahkan dari suatu interaksi. Interaksi dan partisipasi ibu pada berbagai aspek perkembangan dalam kehidupan anak disebut dengan *mother involvement* atau keterlibatan ibu (Mo & Singh, 2008). Menurut Finley, et.al, (2008), partisipasi yang umumnya dilakukan oleh ibu untuk melihat proses perkembangan anaknya lebih kepada sisi emosi dan mentoring. Di dalamnya termasuk pada bagaimana ibu mampu mengembangkan aspek sosial, spiritual dan emosional, mampu menjalin kedekatan dan persahabatan dengan anak, mampu memberikan perlindungan kepada anak, serta mampu mengembangkan aspek intelektual dan kompetensi anak (Finley, et.al, 2008). Salah satu prediktor kualitas keterlibatan ibu yaitu tersedianya banyak waktu untuk terlibat dalam aktivitas anak. Keterlibatan yang dilakukan oleh ibu kepada anaknya dapat memberikan manfaat positif, seperti meningkatnya prestasi belajar serta dapat meningkatkan rasa percaya diri pada anak (Grolnick, 2014).

Pada kenyataannya, di satu sisi seringkali dijumpai orang tua terutama ibu yang memiliki anak autis menyerahkan pengasuhan anak kepada pelayanan terapi. Alasan utama yaitu bahwa orang tua telah membayar biaya yang cukup mahal dalam perawatan anak autis sehingga para terapis harus bertanggungjawab terhadap anaknya. Tidak jarang pula ada ibu yang menitipkan anaknya kepada anggota keluarga lain sementara dirinya tinggal jauh dari anak tersebut. Banyak ibu-ibu yang lebih memilih meluangkan waktunya untuk berkarir dari pada terlibat dalam masa perkembangan anaknya. Ketidakterlibatan ibu dalam pengasuhan anak autis tentu saja memberikan pengaruh langsung terhadap anak. Pemberian program terapi akan menjadi tidak efektif karena tidak dapat dilaksanakan dengan baik ketika di rumah, akibatnya permasalahan perilaku pada anak autis juga akan semakin meningkat (Osborne, et.al, 2008).

Di sisi lain tentu masih ada pula ibu yang berusaha untuk terlibat penuh dalam pengasuhan anak autis. Sebagai contoh ketika peneliti melakukan survei awal di daerah Malang. Dijumpai beberapa ibu yang memiliki anak autis memilih untuk meninggalkan rumah dan suaminya di daerah asal dan menetap di Malang karena menginginkan pendidikan yang terbaik untuk anaknya. Hal tersebut dilakukan atas izin suami dan kesepakatan bersama. Selain itu, ada pula ibu yang melepaskan pekerjaan di daerah asalnya dan menetap di Malang dengan alasan fasilitas bagi anak autis di Malang sangat memadai jika dibandingkan dengan daerah asalnya. Dirinya mengaku ingin fokus untuk memberikan fasilitas terbaik bagi anaknya yang autis.

Mengingat banyak hal yang harus diperhatikan untuk mengasuh anak autis dapat dipahami bahwa dalam memberikan pengasuhan yang terbaik dibutuhkan pengorbanan yang cukup besar. Untuk melepaskan segala sesuatu yang telah dimiliki dan memulai dari nol bukanlah perkara yang mudah. Dirinya harus rela

bertahan hidup dengan menjalin hubungan jarak jauh dengan suami dan keluarga, serta merawat anaknya yang mengalami autisme seorang diri juga merupakan pilihan yang harus dibuat karena segala keputusan yang diambil semata-mata demi kebaikan anak.

Proses dimana seseorang mampu bertahan dalam kondisi tersulit dalam hidupnya dapat dijelaskan dengan *self-compassion*. Dalam ilmu psikologi *self-compassion* berarti sikap memiliki perhatian dan kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup ataupun terhadap kekurangan dalam dirinya serta memiliki arti bahwa penderitaan, kegagalan dan kekurangan merupakan bagian dari kehidupan setiap orang (Neff, 2003). Menurut Conti (2015), seseorang dengan tingkat *self-compassion* yang tinggi akan mengartikan hidupnya dengan lebih positif, optimis dapat melalui cobaan, serta tidak menyesali kesulitan yang telah terjadi. Sebaliknya, seseorang yang mempunyai tingkat *self-compassion* yang rendah cenderung mengkritik dan menyalahkan diri sendiri atas kesulitan yang dialami.

Penelitian yang dilakukan oleh Neff & Faso (2014) menjelaskan bahwa orang tua yang memiliki tingkat *self-compassion* tinggi lebih puas dengan kehidupannya, termasuk mampu menerima anaknya yang mengalami autisme. Hal tersebut membuat orang tua memiliki *well-being* yang tinggi pula sehingga mereka dapat memiliki harapan kedepan dengan terus terlibat pada perkembangan anaknya. Temuan tersebut juga diperkuat dengan penelitian oleh Cachia, et.al, (2015) yang mengatakan bahwa tingkat *mindfulness* yang tinggi pada orang tua dengan anak autisme dapat menurunkan stress pengasuhan dan dapat meningkatkan *wellbeing* mereka. Keadaan dimana stress pengasuhan telah menurun, membuat orang tua menjadi terdorong untuk terus terlibat dalam pengasuhan anaknya.

Terdapat beberapa nilai positif dari *self-compassion*, berdasarkan penelitian Breines & Chen (2012), *self-compassion* mampu membantu individu lebih mengenal dirinya sendiri, lebih menyayangi dirinya sendiri, sehingga akan mempermudah individu dalam menghadapi kesulitan yang sedang dialami. Selain itu *self-compassion* juga dapat menjadi penolong untuk lebih meringankan rasa terpuruk sehingga individu akan menjadi lebih terbuka pada kegagalan atau masalah yang dialaminya. Breines & Chen (2012) juga menyatakan bahwa seseorang yang menggunakan *self-compassion* dalam menghadapi kesulitan mempunyai dorongan yang besar untuk meningkatkan dan mengubah perilaku menjadi lebih baik. Banyak orang yang mengkritik dirinya sendiri dengan keyakinan bahwa hal itu akan membantu memotivasi mereka untuk mencapai tujuan. Tetapi ketika menyalahkan diri sendiri justru membuat diri mereka menjadi orang yang terpuruk karena hanya berfokus pada kesulitan yang dialami (Neff & Dahm, 2013).

*Self-compassion* yang dimiliki oleh ibu mendorong dirinya untuk mempertimbangkan segala sesuatu yang harus dilakukan untuk mengasuh anaknya. Sebagai contoh, dirinya tidak akan mendengar pendapat orang lain terkait dengan perilaku anaknya sehingga hal tersebut membuat ibu dapat menghabiskan sebagian besar waktu yang dimiliki bersama dengan anaknya, baik

di dalam maupun di luar rumah. Sementara itu bagi ibu dengan *self-compassion* yang rendah akan melakukan hal sebaliknya, dirinya akan menjaga citra diri dan anaknya sehingga cenderung membatasi keterlibatannya dalam mengasuh anak (Conti, 2015).

Berdasarkan permasalahan yang telah dijabarkan, maka rumusan permasalahan yang akan diangkat dalam penelitian ini adalah adakah keterkaitan antara *self-compassion* dengan keterlibatan ibu dalam pengasuhan anak autisme? Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *self-compassion* dengan keterlibatan ibu dalam pengasuhan anak autisme. Manfaat penelitian yaitu dapat memberikan informasi kepada ibu yang memiliki anak autisme mengenai pentingnya *self-compassion* dalam keterlibatan pengasuhan serta memberikan sumbangan literatur untuk penelitian selanjutnya.

### **Keterlibatan Ibu**

Konsep keterlibatan ibu dalam pengasuhan berawal dari teori tentang keterlibatan orang tua. Keterlibatan dalam pengasuhan didefinisikan sebagai suatu bentuk interaksi dan partisipasi orang tua dalam berbagai aspek perkembangan pada kehidupan anak (Han & Jun, 2013). Sementara itu Mo & Singh (2008) menjelaskan bahwa keterlibatan orang tua suatu bentuk dari tanggung jawab mereka terhadap perkembangan psikososial dan pendidikan anak. Ada perbedaan peran keterlibatan ayah dan ibu dalam pengasuhan, dimana ayah lebih cenderung berperan dalam keterlibatan instrumental seperti mencari nafkah, mendorong perkembangan moral, dan membentuk kedisiplinan anak (Finley & Schwartz, 2004). Sementara itu ibu akan lebih terlibat dari sisi emosi dan mentoring (Finley, et.al, 2008).

Menurut Finley, et.al (2008), keterlibatan ibu dalam pengasuhan anak terbagi menjadi 3 dimensi, dimana setiap dimensi memiliki berbagai domain dalam kehidupan anak. Ketiga dimensi tersebut yaitu: 1) *expressive involvement*, merupakan keterlibatan dalam bentuk pemberian empati dan kenyamanan emosional. 2) *instrumental involvement*, merupakan keterlibatan dalam bentuk memberikan perlindungan pada anak serta memberikan kestabilan ekonomi rumah tangga. Dimensi ini biasanya akan dominan pada ibu yang berperan sebagai orang tua tunggal. 3) *mentoring/advising involvement*, merupakan keterlibatan dalam bentuk pemberian bimbingan pada bidang pendidikan anak.

Beberapa faktor yang mempengaruhi keterlibatan ibu yaitu: 1) faktor personal, yang meliputi kesejahteraan psikologis dan kepribadian. Ketika kesejahteraan psikologis orang tua rendah mereka lebih berorientasi pada diri sendiri untuk menemukan keseimbangan diri (Andayani & Koentjoro, 2004). Faktor kepribadian memiliki kecenderungan sifat yang sering ditampilkan orang tua serta bagaimana orang tua menampilkan ekspresi emosi yang dapat membentuk perilaku anak (Eisenberg, et.al, 2006). 2) kualitas pernikahan, keadaan suatu pernikahan yang dijalani oleh orang tua seperti baik buruknya dapat menjadi perantara efek karakter pribadi dan cara mengasuh anak (Olson & Defrain, 2006). 3) faktor kontekstual, merupakan faktor lingkungan diluar keluarga. Faktor ini seperti dunia kerja, besar pendapatan keluarga, lingkungan sosial

yang di dalamnya termasuk saudara, tetangga, masyarakat dan jasa pelayanan yang berkaitan dengan anak. 4) kontribusi anak, Duvall & Miller (Olson & Defrain, 2006) menyatakan bahwa kontribusi anak meliputi tempramen anak, jenis kelamin, dan urutan kelahiran. Sebagai contoh, anak yang memiliki karakter agresif akan ditangani secara berbeda dari anak yang kalem. 5) faktor keagamaan, orang tua yang religious cenderung bersikap egalitarian dalam menjalani rumah tangga dan mengasuh anak. Sikap egalitarian ini dapat meningkatkan keterlibatannya dalam pengasuhan.

### ***Self-compassion***

*Self-compassion* merupakan konsep baru yang diadaptasi dari filosofi budha yang memiliki pengertian secara umum yaitu kasih sayang diri. Neff (2003) mendefinisikan *self-compassion* sebagai sikap memiliki perhatian dan kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup ataupun terhadap kekurangan dalam dirinya serta memiliki pengertian bahwa penderitaan, kegagalan dan kekurangan merupakan bagian dari kehidupan setiap orang. Neff (2003) mengemukakan tentang *self-compassion* sebagai alternatif konsep sebagai langkah untuk menuju individu yang sehat tanpa melibatkan evaluasi diri. Menjadi *self-compassionate* bukan berarti seseorang harus menjadi selfish atau selfcentered. *Self-compassion* berbeda dengan *self-pity*, ketika seseorang merasa *self-pity* ia akan merasa berada jauh dari orang lain dan lebih fokus melihat bahwa masalah yang dialami adalah yang paling berat dibandingkan orang lain (Neff, 2003). *Self-compassion* adalah menghibur diri dan peduli ketika diri sendiri mengalami penderitaan, kegagalan, dan ketidaksempurnaan.

Neff (2003) menjelaskan bahwa *self-compassion* terdiri dari tiga komponen yaitu: 1) *self-kindness*, merujuk pada kemampuan individu untuk memahami dan menerima diri apa adanya serta memberikan kelembutan, tidak menyakiti atau menghakimi diri sendiri. *Self-kindness* membuat individu menjadi hangat terhadap diri sendiri ketika menghadapi rasa sakit sehingga tidak mengabaikan diri dengan mengkritik dan menghakimi diri sendiri ketika menghadapi masalah. 2) *common humanity*, merupakan kesadaran bahwa individu memandang kesulitan, merupakan bagian dari hidup manusia dan merupakan sesuatu yang dialami oleh semua orang, bukan hanya dialami diri sendiri. *Common humanity* mengaitkan kelemahan yang individu miliki dengan keadaan manusia pada umumnya. 3) *mindfulness*, melihat secara jelas, menerima, dan menghadapi kenyataan tanpa menghakimi terhadap apa yang terjadi di dalam suatu situasi. *Mindfulness* mengacu pada tindakan untuk melihat pengalaman yang dialami dengan perspektif yang objektif. Dengan *mindfulness* ini individu dapat sepenuhnya mengetahui dan mengerti apa yang sebenarnya dirasakan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-compassion* yaitu: 1) jenis kelamin, penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki *self-compassion* sedikit lebih rendah dari pada pria, terutama karena perempuan memikirkan mengenai kejadian negatif di masa lalu (Neff, 2003). 2) usia, pengaruh faktor usia dikaitkan dengan teori tentang tahap perkembangan Erikson yang menjelaskan bahwa individu akan mencapai tingkat *self-compassion* yang tinggi

apabila telah mencapai tahap *integrity* karena lebih bisa menerima dirinya secara lebih positif. 3) budaya, penelitian *self-compassion* yang dilakukan di Thailand, Taiwan, dan Amerika menunjukkan adanya perbedaan tingkat *self-compassion*. Thailand dengan budaya buddisme memiliki tingkat *self-compassion* yang paling tinggi sedangkan Taiwan dengan budaya yang mengembangkan rasa malu memiliki tingkat *self-compassion* paling rendah karena cenderung melakukan *self-criticism*. Sementara itu, Amerika berada di tengah-tengah karena latar belakang budaya dari masyarakat Amerika beraneka ragam (Neff, et.al, 2008). 4) peran orang tua, menurut Neff & McGeehee (2010), individu yang memiliki derajat *self-compassion* yang rendah kemungkinan besar memiliki ibu yang kritis, berasal dari keluarga disfungsi, dan menampilkan kegelisahan daripada individu yang memiliki derajat *self-compassion* yang tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang tumbuh dengan orangtua yang selalu mengkritik ketika masa kecilnya akan menjadi lebih mengkritik dirinya sendiri ketika dewasa.

### ***Self-compassion* dan Keterlibatan Ibu Dalam pengasuhan Anak Autis**

Pada dasarnya orangtua merupakan pendidik pertama dan utama dalam pengasuhan anak. Mengasuh anak bukan merupakan hal yang mudah terutama bagi orang tua yang memiliki anak autis karena dalam kehidupan sehari-hari, anak dengan gangguan autis memiliki kontak yang terbatas dengan lingkungan sekitarnya, mereka cenderung membentuk dunianya sendiri sehingga menyebabkan keterlambatan perkembangan (Sussman, 1999). Keterbatasan yang dimiliki oleh anak autis membuat peran orang tua terhadap perkembangannya menjadi sangat penting, terutama ibu. Peran ibu dalam perkembangan anak autis merupakan salah satu aspek dalam keberhasilan proses terapi, selain profesional dan terapis (Mulyadi & Sutadi, 2014). Dalam konsep pengasuhan anak tentu tidak dapat dipisahkan dari partisipasi yang dilakukan oleh ibu. Interaksi dan partisipasi ibu pada berbagai aspek perkembangan dalam kehidupan anak disebut dengan *mother involvement* atau keterlibatan ibu (Mo & Singh, 2008).

Menurut Finley, et.al (2008), keterlibatan ibu dalam pengasuhan anak terbagi menjadi 3 dimensi yaitu: 1) *expressive involvement*, merupakan keterlibatan dalam bentuk ikatan sosial dan emosional. 2) *instrumental involvement*, merupakan keterlibatan dalam bentuk pemberian nafkah, membentuk kedisiplinan, bimbingan moral, dan dorongan tanggung jawab serta perlindungan kepada anak. Dimensi ini biasanya akan dominan pada ibu yang berperan sebagai orang tua tunggal. 3) *mentoring/advising involvement*, merupakan keterlibatan dalam bentuk pendidikan. Adapun keterlibatan yang dilakukan oleh ibu kepada anaknya dapat memberikan manfaat positif, seperti meningkatnya prestasi belajar serta dapat meningkatkan rasa percaya diri pada anak (Grohn ick, 2014).

Mengingat dalam mengasuh anak autis bukan perkara yang mudah karena autis termasuk gangguan perkembangan yang paling kompleks, dapat dipahami bahwa dalam memberikan pengasuhan yang terbaik dibutuhkan pengorbanan yang cukup besar. Keadaan dimana seseorang mampu bertahan dalam kondisi tersulit dalam hidupnya dapat dijelaskan dengan *self-compassion*. *Self-compassion* berarti



sikap memiliki perhatian dan kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup ataupun terhadap kekurangan dalam dirinya serta memiliki pengertian bahwa penderitaan, kegagalan dan kekurangan merupakan bagian dari kehidupan setiap orang (Neff, 2003).

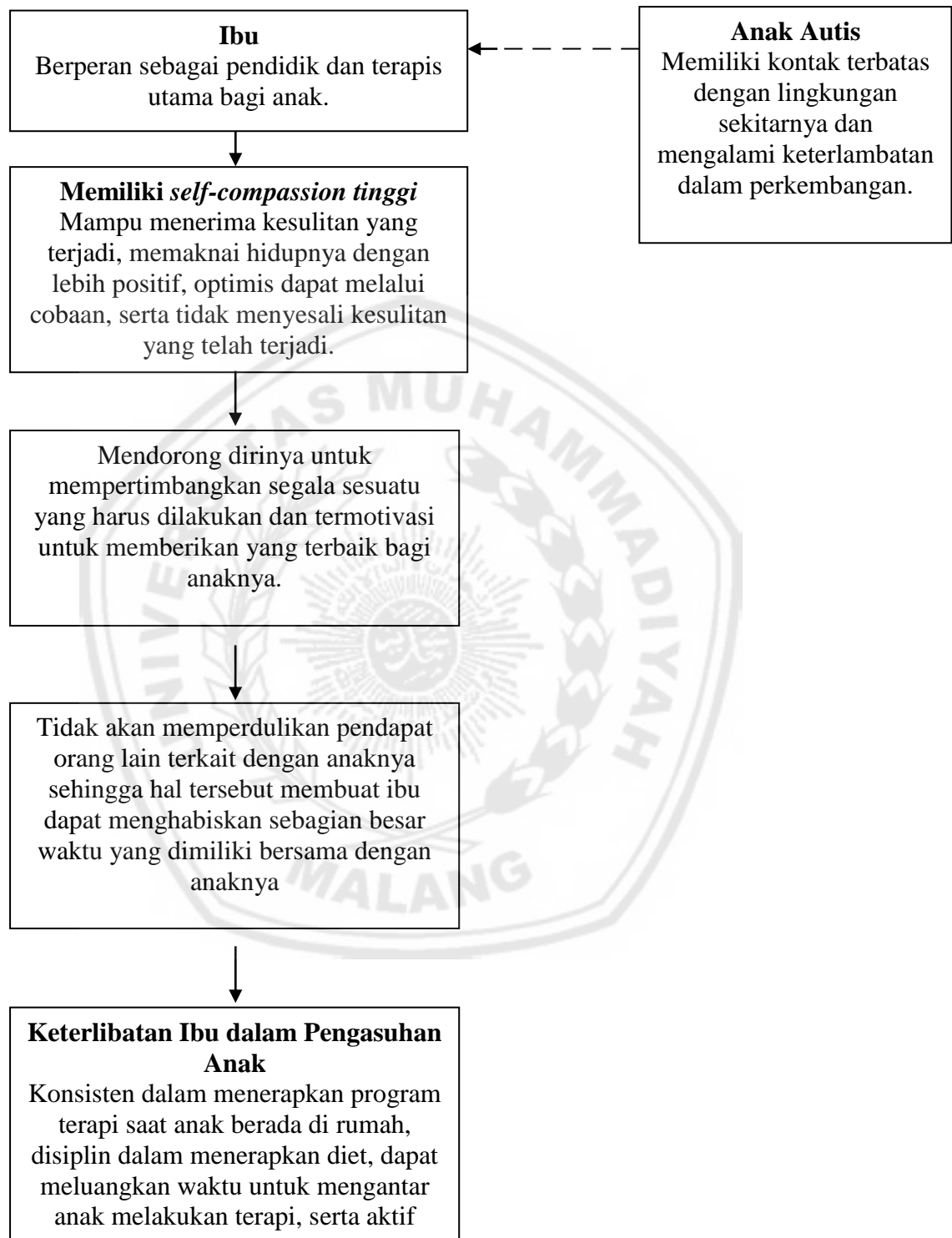
Neff (2003) menjelaskan bahwa *self-compassion* terdiri dari tiga komponen yaitu: 1) *self-kindness*, merujuk pada kemampuan individu untuk memahami dan menerima diri apa adanya serta memberikan kelembutan, tidak menyakiti atau menghakimi diri sendiri. 2) *common humanity*, merupakan kesadaran bahwa individu memandang kesulitan, merupakan bagian dari hidup manusia dan merupakan sesuatu yang dialami oleh semua orang, bukan hanya dialami diri sendiri. 3) *mindfulness*, melihat secara jelas, menerima, dan menghadapi kenyataan tanpa menghakimi terhadap apa yang terjadi di dalam suatu situasi. Terdapat beberapa nilai positif dari *self-compassion*, *self-compassion* dapat membantu individu lebih mengenal dirinya sendiri, lebih menyayangi dirinya sendiri, sehingga akan mempermudah individu dalam menghadapi kesulitan yang sedang dialami. Selain itu *self-compassion* juga dapat menjadi penolong untuk lebih meringankan rasa terpuruk sehingga individu akan menjadi lebih terbuka pada kegagalan atau masalah yang dialaminya (Breines & Chen, 2012).

*Self-compassion* yang dimiliki oleh ibu mendorong dirinya untuk mempertimbangkan segala sesuatu yang harus dilakukan untuk mengasuh anaknya. Sebagai contoh, dirinya tidak akan memperdulikan pendapat orang lain terkait dengan perilaku anaknya sehingga hal tersebut membuat ibu dapat menghabiskan sebagian besar waktu yang dimiliki bersama dengan anaknya, baik di dalam maupun di luar rumah. Sementara itu bagi ibu dengan *self-compassion* yang rendah akan melakukan hal sebaliknya, dirinya akan menjaga citra diri dan anaknya sehingga cenderung membatasi keterlibatannya dalam mengasuh anak (Conti, 2015).

## Kerangka Berpikir

Berikut merupakan skema kerangka berpikir dalam penelitian ini:

Gambar 1. Kerangka Berpikir



## Hipotesa

Terdapat hubungan positif antara *self-compassion* dengan keterlibatan Ibu dalam pengasuhan anak autis. Semakin tinggi *self-compassion* maka akan semakin tinggi pula keterlibatan Ibu dalam pengasuhan anak autis, atau sebaliknya semakin rendah *self-compassion* maka semakin rendah keterlibatan Ibu dalam pengasuhan anak autis.

## METODE PENELITIAN

### Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif korelasional dengan maksud untuk mencari hubungan antara variabel independen (X), yaitu *self-compassion* dengan variabel dependen (Y), yaitu keterlibatan Ibu (Arikunto, 2006).

### Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu yang memiliki anak autis dan berdomisili di Kota Malang. Sementara itu sampel yang akan digunakan sebanyak 50 orang. Kriteria pemilihan subjek dalam penelitian ini adalah wanita yang memiliki anak autis dengan usia 2-12 tahun, bukan *single parent* dan anaknya sedang menjalani terapi. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *snowball sampling*, dimana sampel diperoleh melalui proses bergulir dari satu responden ke responden yang lainnya. Teknik tersebut digunakan karena sampel yang dibutuhkan langka dan bersifat mengelompok (Sugiyono, 2008).

### Variabel dan Instrumen Penelitian

Penelitian ini melibatkan dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas pada penelitian ini yaitu *self-compassion* sedangkan variabel terikat yaitu keterlibatan ibu.

Keterlibatan ibu merupakan kontribusi dan partisipasi yang dilakukan oleh ibu dalam pengasuhan terhadap seluruh aspek kehidupan anak autis. Guna mengukur tingkat keterlibatan ibu dalam mengasuh anak digunakan skala pengembangan dari *mother involvement scale* (MIS) dengan 77 item berdasarkan aspek yang disusun oleh Finley, et.al (2008). Aspek tersebut meliputi *expressive involvement* dengan, *instrumental involvement* dan *mentoring/advising involvement*, dengan reliabilitas sebesar 0.983. Skala MIS disusun berdasarkan *rating scale* dan terdapat 5 alternatif pilihan jawaban yaitu, (1) tidak pernah (2) pernah, (3) kadang-kadang, (4) sering, (5) selalu, skor untuk jawaban SS=5, S=4, KD=3, P=2, TP=1. Salah satu item dalam MIS yang digunakan yaitu, protektif pada anak.

*Self-compassion* merupakan sikap mengasihi diri sendiri saat menghadapi kesulitan serta menganggap segala bentuk penderitaan sebagai suatu hal yang harus tetap dijalani dalam hidup manusia. *Self-compassion* diukur menggunakan skala adaptasi *self-compassion scale* (SCS) dengan 26 item berdasarkan aspek

yang disusun oleh Neff (2003). Skala diadaptasi dan dimodifikasi menjadi 16 item (Arif, 2014). Aspek tersebut meliputi *self-kindness*, *common humanity* dan *mindfulness*. Skala SCS memiliki reliabilitas sebesar 0,889. Skala tersebut disusun berdasarkan *rating scale* dengan skor 1-5 (tidak pernah-selalu). Salah satu item dalam SCS yang digunakan yaitu, saya mencela dan menghakimi kekurangan dan kelemahan pada diri saya.

Penelitian ini diawali dengan melakukan uji coba alat ukur terlebih dahulu agar mendapatkan nilai validitas dan reliabilitasnya. Proses penelitian ini menggunakan try out terpakai dimana data subjek pada tahap uji coba alat ukur digunakan dalam penelitian yang sesungguhnya. Subjek yang terlibat dalam uji coba alat ukur sebanyak 50 orang dimana seluruhnya merupakan wanita yang memiliki anak autis. Uji coba alat ukur dilakukan di kota Malang. Item-item tidak valid yang didapatkan dalam proses uji coba secara langsung dihilangkan pada penelitian yang sesungguhnya. Subjek akan dipandu oleh peneliti dalam pengisian skala penelitian. Setelah data terkumpul, selanjutnya dilakukan analisa data untuk menguji hipotesa. Analisa data yang digunakan adalah korelasi *product moment* guna mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

### HASIL PENELITIAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, didapatkan hasil distribusi demografi sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Demografi Anak**

<b>Jenis Kelamin Anak</b>		
<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Subjek</b>
Laki-laki	49	98%
Perempuan	1	2%
<b>Lama Terapi</b>		
<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Subjek</b>
1 – 3 tahun	22	44%
>3 tahun	28	56%
<b>Usia Anak</b>		
<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Subjek</b>
5 tahun	6	12%
6 tahun	7	14%
7 tahun	11	22%
8 tahun	8	16%
9 tahun	8	16%
10 tahun	2	4%
11 tahun	3	6%
12 tahun	5	10%

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil bahwa sebanyak 98% atau sebanyak 49 responden yang terlibat memiliki anak dengan jenis kelamin laki-laki sedangkan 2% lainnya atau sebanyak 1 orang memiliki anak berjenis kelamin perempuan.

Terkait rentang waktu anak dalam melakukan terapi, sebanyak 22 orang (44%) memiliki anak yang telah melakukan proses terapi selama kurun waktu 1-3 tahun. Sementara itu 56% lainnya atau sebanyak 28 orang memiliki anak yang telah melakukan terapi selama lebih dari 3 tahun.

**Tabel 2. Demografi Ibu Pendidikan Ibu**

Kategori	Frekuensi	Subjek
S1	16	32%
D3	6	12%
SMA	28	56%

Tabel 2 menunjukkan Sebagian besar pendidikan terakhir responden yakni SMA dengan jumlah 28 orang (56%). Selanjutnya jenjang pendidikan S1 yakni sebanyak 16 orang (32%) dan pada jenjang D3 yakni sebanyak 6 orang (12%). Sementara itu, berdasarkan usia anak sebagian besar berada pada usia 7 tahun (22%).

**Tabel 3. Kategorisasi Variabel**

Kategori	Self-Compassion		Keterlibatan Ibu	
	Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Tinggi	25	50%	25	50%
Rendah	25	50%	25	50%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan pada tabel 3 dapat diketahui bahwa baik variabel *self-compassion* maupun variabel keterlibatan ibu, masing-masing terdapat 50% (25 orang) dari total subjek dengan kategori tinggi dan sedang.

**Tabel 4. Hasil Uji Korelasi**

Koefisien Korelasi	Indeks Analisis
Koefisien Korelasi	0,056
Taraf Signifikansi	1%
Nilai Signifikansi	0,700

Tabel 4 menunjukkan hasil uji korelasi *product moment*. Berdasarkan uji tersebut, didapatkan hasil koefisien korelasi ( $r=0,056$ ) dengan taraf sigifikansi 1% serta nilai signifikansi sebesar 0,700. Nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar jika dibandingkan dengan 0,001. Oleh sebab itu dapat disimpulkan bahwa hipotesa penelitian tidak diterima dengan gambaran tidak ada hubungan antara *self-compassion* dengan keterlibatan ibu dalam pengasuhan anak autisme karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,001.

## DISKUSI

Hasil analisa data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa hipotesa penelitian yang diajukan ditolak. Hal tersebut berarti tidak ada hubungan antara *self-compassion* dengan keterlibatan ibu dalam pengasuhan anak autisme. Jika

diidentifikasi lebih lanjut, terdapat beberapa faktor yang dapat membuat hipotesa penelitian ditolak. Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Psychogiou, et.al, (2016), dimana pada penelitian tersebut menyebutkan bahwa orang tua yang memiliki *self-compassion* tinggi secara emosional lebih tangguh dalam pengasuhan anak dibandingkan dengan mereka yang memiliki *self-compassion* rendah. Namun *self-compassion* yang dimiliki tidak menjamin kualitas interaksi dan juga keterlibatan orang tua dalam mengasuh anak karena *self-compassion* hanya memberikan kontribusi sebagai perantara pada kecemasan sosial yang dihadapi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Neff & Faso (2014), *self-compassion* tidak secara langsung berhubungan dengan keterlibatan orang tua dalam mengasuh anak autis. Untuk dapat memberikan pengasuhan secara maksimal salah satu faktor penentu yang dapat mempengaruhi yaitu adanya sumber dukungan sosial dari pasangan. Dukungan sosial tersebut harus sama-sama diterima baik oleh ayah maupun ibu. Apabila salah satunya merasa tidak mendapatkan dukungan sosial dari pasangan maka akan menimbulkan stress pengasuhan dalam bentuk perasaan tidak berdaya dalam mengasuh anak, membatasi peran keseharian, serta merasa malu dan terisolasi dari lingkungan sekitarnya. Secara teori ketika orang tua mengalami stress pengasuhan maka akan berdampak pada rendahnya *well being* yang dimiliki, sehingga efek yang timbul yaitu berupa buruknya kualitas interaksi antara orang tua dan anak.

Sesuai dengan pernyataan tersebut, adapun faktor yang mempengaruhi keterlibatan ibu dalam pengasuhan yaitu faktor personal, yang meliputi kesejahteraan psikologis dan kepribadian. Ketika kesejahteraan psikologis orang tua rendah mereka lebih berorientasi pada diri sendiri untuk menemukan keseimbangan diri (Andayani & Koentjoro, 2004). Dalam penelitian ini, sebanyak 50% (25 orang) dengan skor keterlibatan yang rendah diasumsikan bermasalah pada kesejahteraan psikologisnya. Faktor kepribadian mencakup kecenderungan sifat yang sering ditampilkan orang tua serta bagaimana orang tua menampilkan ekspresi emosi yang dapat membentuk perilaku anak (Eisenberg, et.al, 2006).

Sejalan dengan penelitian di atas, Geurtzen, et.al, (2015) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa keterlibatan orang tua dalam mengasuh anak secara tidak langsung dipengaruhi oleh satu komponen saja dalam *self-compassion*, yaitu *mindfulness* yang memiliki arti melihat secara jelas, menerima, dan menghadapi kenyataan tanpa menghakimi terhadap apa yang terjadi di dalam suatu situasi. Selain itu menurut Neff (2003) aspek lain pada *self-compassion* yaitu *self-kindness*, merujuk pada kemampuan individu untuk memahami dan menerima diri apa adanya serta memberikan kelembutan, tidak menyakiti atau menghakimi diri sendiri. *Self-kindness* membuat individu menjadi hangat terhadap diri sendiri ketika menghadapi rasa sakit sehingga tidak mengabaikan diri dengan mengkritik dan menghakimi diri sendiri ketika menghadapi masalah. *common humanity*, merupakan bagian dari hidup manusia dan merupakan sesuatu yang dialami oleh semua orang, bukan hanya dialami diri sendiri. Lebih lanjut, ia menyebutkan bahwa *mindfulness parenting* berkaitan dengan bagaimana orang tua dapat menerima serta tidak menghakimi diri mereka sendiri dalam keberfungsian sebagai orang tua. Dengan adanya *mindfulness parenting* ini,

orang tua dapat lebih baik dalam melakukan penyesuaian diri terhadap keterbatasan yang dimiliki oleh anak.

Neff (2003) menemukan faktor yang mempengaruhi *self compassion* adalah jenis kelamin, dimana *self-compassion* pada wanita cenderung lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki. Pada penelitian ini terdapat perbedaan skor *self-compassion* pada subjek, yaitu sebanyak 50% (25 orang) subjek memiliki skor yang rendah serta 50% (25 orang) lainnya memiliki skor yang tinggi. Perbedaan perolehan skor dapat disebabkan karena faktor perbedaan budaya. Menurut Neff, et.al, (2008) individu dengan budaya rasa interdependensi mengenai diri sendiri yang tinggi membuat dirinya dengan mudah menumbuhkan *self-compassion*. Jika dikaitkan dengan penelitian ini, kemungkinan subjek yang memiliki *self-compassion* tinggi merupakan individu yang mampu menerima kesulitan dalam mengasuh anak tanpa harus berlarut-larut menyalahkan diri sendiri. Sementara itu individu dengan budaya rasa malu yang tinggi cenderung sering melakukan kritik terhadap diri sendiri, merasa sendiri saat menghadapi masalah dan selalu merenungi kegagalan sehingga terbawa pada emosi negatif dan pada akhirnya membuat *self-compassion* menjadi rendah. Jika dikaji lebih lanjut, subjek dengan skor yang rendah kemungkinan besar mengalami kecemasan sosial akibat keadaan anak yang dianggap berbeda dengan lingkungannya.

Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu berkaitan dengan jumlah item pada alat ukur penelitian yang terlalu banyak, sehingga pada saat pengerjaan banyak subjek yang tidak fokus mengerjakan karena harus mengawasi anak.

### **SIMPULAN DAN IMPLIKASI**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara *self-compassion* dengan keterlibatan ibu dalam pengasuhan anak autis yang berarti hipotesa penelitian ini ditolak. Implikasi pada penelitian ini yaitu bagi subjek penelitian, diharapkan agar dapat menumbuhkan *self-compassion* dengan tetap memelihara pikiran-pikiran positif dan tidak membandingkan kehidupan yang sedang dijalani dengan kehidupan orang lain. *Self-compassion* sangat penting bagi ibu karena selain untuk membantu menghibur diri dalam mengalami kesulitan juga akan membantu untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis. Sementara itu bagi penelitian selanjutnya diharapkan agar dapat mengkhususkan konteks *mindfulness parenting* dengan keterlibatan ibu atau ayah anak autis. Dan juga diharapkan untuk meneliti *self compassion* yang di kususkan untuk ayah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andayani & Koentjoro. (2004). *Psikologi keluarga : peran ayah menuju coparenting*. Yogyakarta: Citra Medika.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik, ed revisi VI*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Breins, J. G. & Chen, S. (2012). Self-compassion increases achievement motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38 (9), 1133–1143.
- Brooks, J. (2011). *The process of parenting edisi kedelapan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cachia, R. L., Anderson, A., & Moore, D. W. (2015). Mindfulness, stress and well-being in parents of children with autism spectrum disorder: a systematic review. *Journal of Children and Family Study*, 25 (1), 1–14.
- Conti, R. (2015). Compassionate parenting as a key to satisfaction, efficacy and meaning among mothers of children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorder*, 48 (1), 2008-2018.
- Dagun, S. M. (2002). *Psikologi keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dokter Indonesia. (2017, September 6 th). *Jumlah penderita autis di Indonesia*. Retrieved January 3, 2018, from <https://klinikautis.com/2015/09/06/jumlah-penderita-autis-di-indonesia/>.
- Eisenberg, N., Damon, W., & Lerner, R. M. (2006). *Handbook of child psychology*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Finley, G.E., & Schwartz, S.J. (2004). The father involvement and nurturant fathering scales: retrospective measures for adolescent and adult children. *Educational and Psychological Measurement*, 64, 143-164.
- Finley, G. E., Mira, S. D., & Schwartz, S. J. (2008). Perceived paternal and maternal involvement: factor structures, mean differences, and parental roles. *Fathering*, 6 (1), 62-82.
- Geurtzen, N., Scholte, R. H. J., Engels, R. C. M. E., Tak, Y. R., & Zundert, R. M. P. (2015). Association between mindful parenting and adolescents' internalizing problems: non-judgmental acceptance of parenting as core element. *Journal of Child and Family Study*, 24, 1117–1128.
- Grolnick, W. S. (2014). Mothers' motivation for involvement in their children's schooling: mechanisms and outcomes. *Journal of Motivation and Emotion*, 27 (3), 63-73.



- Halim, A. R. (2015). Pengaruh self-compassion terhadap subjective well-being pada mahasiswa asal luar jawa tahun pertama universitas negeri semarang. *Skripsi*. Universitas Negeri Semarang.
- Hallahan, D. P & Kauffman, J. M. (2006). *Exceptional learners: an introduction to special education 10<sup>th</sup> ed*. USA: Pearson Education, Inc.
- Han, Y.S., & Jun, W. P. (2013). Parental involvement in child's development: father vs. mother. *Open Journal of Medical Psychology*, 2 (4), 1-6.
- Mahoney, G., & MacDonald, J. D. (2007). Autism and developmental delays in young children. *International Journal of Early Childhood Special Education* 1 (1), 95-101.
- Mangunsong, F. (2009). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus jilid kesatu*. Depok: LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Mo, Y. & Singh, K. (2008). Parents' relationship and involvement: effects on students' school engagement and performance. *Research in Middle Level Education Online*, 31 (10), 1-11.
- Mulyadi, K., & Sutadi, R. (2014). *Autism is curable*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Neff, K. D. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2, 85-102.
- Neff, K., Pisitsungkagarn, K., & Hsieh, Y. P. (2008). Self-compassion and self-construal in the United States, Thailand, and Taiwan. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 39, 267 – 285.
- Neff, K.D., & McGehee, P. (2010). Self compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225-240.
- Neff, K. D., & Dahm, K. A. (2013). Self-Compassion: What it is, what it does, and how it relates to mindfulness. *Handbook of Mindfulness and Self-Regulation*. New York: Springer.
- Neff, K. D. & Faso, D. J. (2014). Self-compassion and well-being in parents of children with autism. *Mindfulness*, 6 (4), 938-947.
- Olson, D. H., & DeFrain, J. (2006). *Marriages & families*. Boston: McGrawHill.
- Osborne, L. A., McHugh, L., Saunders, J., & Reed, P. (2008). Parenting stress reduces the effectiveness of early teaching interventions for autistic spectrum disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 38, 1092–1103.

- Psychogiou, L., Legge, K., Parry, E., Mann, J., Nath, S., Ford, T., & Kuyken, W. (2016). Self-compassion and parenting in mothers and fathers with depression. *Mindfulness*, 7 (4), 896–908.
- Saptari, D. R. (2017). Peran orang tua dalam pelaksanaan terapi anak autis. *Tesis*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- Sussman, F. (1999). *More than words: helping parents promote communication and social skills in children with autism spectrum disorder*. Canada: a Hanen Center Publication.



# LAMPIRAN



**1. Blue print sebelum try out**

*a. Mother Involvement*

No.	Aspek	No. Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorable	
1	Instrum ental involve ment	1,3,5,7,9,11,13,15,25,19,17,22,20,27,31,33	6,8,4,10,2,14,18,12,16,21,24,26, 23,30,28,36	32
2	Exspres sive involve ment	29,37,35,43,39,41,45,47,51,53,49,57,55,65,59,61	32,34,38,40,44,46,42,50,48,56,52,54,58,60,64,66	32
3	Mentori ng	67,69,63,73,71,79,75,77	62,72,68,70,74,76,78,80	16
Jumlah				80

*b. Self compassion*

No.	Aspek	No. Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorable	
1	Self-kindness	3,5,11,17,20	2,8,16,19	9
2	Common Humanity	1,7,12,18	4,13,10,15	8
3	Mindfulness	9,14	6	3
Jumlah				20

## 2. Hasil uji validitas-realibilitas item skala

### a. Skala *self compassion*

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	65.32	163.202	.170	.894
Item_2	66.50	156.337	.378	.888
Item_3	66.52	149.153	.641	.880
Item_4	66.12	151.210	.509	.884
Item_5	66.30	148.704	.635	.880
Item_6	65.90	158.622	.413	.887
Item_7	66.50	148.418	.615	.880
Item_8	65.72	163.185	.194	.892
Item_9	66.42	148.208	.690	.878
Item_10	66.10	148.745	.599	.881
Item_11	66.36	147.460	.686	.878
Item_12	65.84	152.464	.606	.881
Item_13	66.30	163.724	.134	.896
Item_14	66.34	146.678	.712	.877
Item_15	66.20	164.082	.151	.894
Item_16	65.48	159.520	.507	.885
Item_17	66.42	149.881	.701	.879
Item_18	66.48	147.316	.748	.877
Item_19	65.90	151.316	.575	.882
Item_20	66.06	156.956	.460	.885

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.889	20

b. *Skala Mother Involvement (MIS)*

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	205.06	3399.282	.243	.983
Item_2	206.22	3301.318	.811	.983
Item_3	206.30	3292.867	.833	.983
Item_4	206.48	3332.336	.640	.983
Item_5	206.70	3342.908	.712	.983
Item_6	206.42	3338.289	.621	.983
Item_7	206.84	3377.851	.351	.983
Item_8	206.46	3334.662	.679	.983
Item_9	206.38	3300.689	.808	.983
Item_10	206.52	3312.581	.763	.983
Item_11	206.90	3327.276	.765	.983
Item_12	206.58	3369.555	.406	.983
Item_13	206.42	3319.391	.756	.983
Item_14	206.46	3336.049	.721	.983
Item_15	207.02	3338.714	.681	.983
Item_16	206.36	3332.970	.707	.983
Item_17	206.34	3336.596	.614	.983
Item_18	206.72	3330.083	.633	.983
Item_19	206.76	3350.717	.576	.983
Item_20	206.40	3323.918	.653	.983
Item_21	206.52	3311.969	.802	.983
Item_22	206.50	3316.337	.824	.983
Item_23	206.46	3345.151	.642	.983
Item_24	207.16	3359.647	.515	.983
Item_25	207.06	3364.466	.442	.983
Item_26	206.42	3342.249	.554	.983
Item_27	206.42	3332.820	.589	.983
Item_28	206.34	3364.596	.424	.983
Item_29	206.64	3361.092	.516	.983
Item_30	206.02	3336.387	.610	.983
Item_31	206.20	3301.347	.805	.983
Item_32	206.36	3300.847	.799	.983
Item_33	206.36	3331.949	.610	.983
Item_34	206.70	3342.908	.712	.983
Item_35	206.26	3333.870	.619	.983

Item_36	206.88	3375.577	.382	.983
Item_37	206.44	3332.741	.684	.983
Item_38	206.38	3300.689	.808	.983
Item_39	206.40	3309.143	.767	.983
Item_40	206.96	3335.304	.710	.983
Item_41	206.26	3394.768	.177	.983
Item_42	206.42	3319.391	.756	.983
Item_43	206.40	3343.510	.626	.983
Item_44	207.08	3346.606	.673	.983
Item_45	206.30	3324.990	.745	.983
Item_46	206.34	3336.596	.614	.983
Item_47	206.66	3322.147	.662	.983
Item_48	206.82	3343.212	.645	.983
Item_49	206.46	3331.886	.617	.983
Item_50	206.52	3311.969	.802	.983
Item_51	206.52	3318.989	.815	.983
Item_52	206.44	3342.496	.654	.983
Item_53	207.16	3359.647	.515	.983
Item_54	207.10	3369.684	.432	.983
Item_55	206.02	3336.387	.610	.983
Item_56	206.20	3301.347	.805	.983
Item_57	206.30	3292.867	.833	.983
Item_58	206.36	3331.949	.610	.983
Item_59	206.70	3342.908	.712	.983
Item_60	206.32	3341.855	.577	.983
Item_61	206.84	3377.851	.351	.983
Item_62	206.44	3332.741	.684	.983
Item_63	206.38	3300.689	.808	.983
Item_64	206.40	3309.143	.767	.983
Item_65	206.96	3335.304	.710	.983
Item_66	206.26	3394.768	.177	.983
Item_67	206.42	3319.391	.756	.983
Item_68	206.40	3343.510	.626	.983
Item_69	207.08	3346.606	.673	.983
Item_70	206.30	3324.990	.745	.983
Item_71	206.34	3336.596	.614	.983
Item_72	206.66	3322.147	.662	.983
Item_73	206.76	3350.717	.576	.983
Item_74	206.46	3331.886	.617	.983
Item_75	206.52	3311.969	.802	.983
Item_76	206.52	3318.989	.815	.983

Item_77	206.44	3342.496	.654	.983
Item_78	207.16	3359.647	.515	.983
Item_79	207.10	3369.684	.432	.983
Item_80	206.42	3342.820	.629	.983

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.983	80

### 3. *Blue print skala self compassion dan Mother Involvement sesudah try out*

#### a. *Mother Involvement*

No.	Aspek	No. Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Instrumental involvement	2,4,6,8,10,12,14,16,18,19,21,24,26,30,32	1,3,5,7,9,11,13,15,17,20,22,23,25,27,29,35	31
2	Expressive involvement	28,34,36,38,41,43,45,47,49,51,53,55,57,59,63	31,33,37,39,40,42,44,46,48,50,52,54,56,58,62	30
3	Mentoring	61,64,66,68,70,72,74,76	60,65,67,69,71,73,75,77	16
Jumlah				77



b. *Self compassion*

No.	Aspek	No. Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorable	
1	Self-kindness	2,4,13,14,16	1,15,12	8
2	Common Humanity	6,9,10	3,8	5
3	Mindfulness	7,11	5	3
Jumlah				16

4. *skala self compassion dan Mother Involvement setelah try out*

a. *Mother Involvement*

No.	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Jenis-jenis keterampilan yang saya kenalkan pada anak sangat terbatas					
2	Saya memilih makanan yang boleh diberikan untuk anak					
3	Saya membiarkan anak melakukan kesalahan tanpa membenarkannya					
4	Saya mengajarkan anak untuk membedakan hal baik dan buruk					
5	Saya mengabaikan apa yang menjadi larangan terapi					
6	Saya membiasakan anak untuk mengucapkan terima kasih saat diberi sesuatu oleh orang lain					
7	Saya menyuruh orang lain untuk mengantar anak saya melakukan terapi					
8	Saya mulai mengenalkan berbagai macam keterampilan kepada anak sejak ia kecil					
9	Menurut saya, tugas untuk mengajarkan benar atau salah kepada anak merupakan tugas suami, bukan istri					
10	Saya mulai melihat dan menentukan minat yang cocok untuk anak					
11	Saya melarang anak untuk melakukan hal yang disukai					
12	Saya menghargai apa yang ingin dilakukan oleh anak					
13	Minat yang dimiliki oleh anak bukan merupakan hal yang harus digali					
14	Saya memantau setiap aktivitas yang					

	dikerjakan oleh anak					
15	Saya tidak memperlakukan anak untuk ikut siapapun					
16	Saat berada di rumah, saya mengulang materi yang diberikan di tempat terapi					
17	Saya cenderung membatasi ruang gerak anak					
18	Saya tidak memperbolehkan anak berada di halaman rumah karena takut makan tanah yang ada di halaman					
19	Dalam kehidupan sehari-hari, saya mengatur seluruh kegiatan anak dengan teratur					
20	Saya membiarkan anak untuk menerima pemberian dari semua orang					
21	Saya sedikit mengajarkan materi yang belum diberikan di tempat terapi					
22	Setiap harinya, jam tidur serta jam makan anak selalu berubah-ubah					
23	Saya lebih senang membiarkan anak bermain sendiri ketika berada di rumah					
24	Saya tidak memperbolehkan anak untuk keluar rumah karena takut hilang					
25	Bila anak saya telah mampu melakukan apa yang diajarkan di lembaga terapi, saya tidak mengulangnya di rumah					
26	Saya hanya memperbolehkan anak memakan makanan sesuai dengan anjuran diet					
27	Kebutuhan yang diperlukan anak sangat banyak sehingga saya tidak sanggup memenuhinya					
28	Setiap kali anak mengalami kemajuan dalam melakukan terapi, saya memberikan pelukan kepadanya sebagai bentuk kebanggaan					
29	Saya melewatkan jadwal terapi anak karena ada kesibukan lain yang lebih penting					
30	Saya dapat memberikan apa yang dibutuhkan anak					
31	Saya memberikan hukuman fisik kepada anak hampir setiap hari					
32	Saya berusaha menyisihkan uang khusus untuk biaya terapi jangka panjang bagi anak					
33	Saya menjeremi anak saat ia melakukan					

	kesalahan					
34	Saya sebisa mungkin memberikan apa yang diperlukan anak					
35	Kebutuhan ekonomi sangat banyak sehingga saya tidak terlalu mementingkan makanan diet anak					
36	Saya melakukan kontak mata setiap kali saya berbicara dengan anak					
37	Anak lebih nyaman ketika bersama terapis dibandingkan dengan saya					
38	Ketika saya beraktifitas, saya mengajak anak untuk ikut					
39	Anak merasa takut ketika berada disamping saya					
40	Saya membiarkan anak ketika dia berteriak-teriak					
41	Saya membiasakan anak untuk melakukan kontak mata ketika saya berada di dekatnya					
42	Hanya suami saya yang terbiasa menemani anak bermain					
43	Dengan sekali mengamati, saya dapat memahami apa yang sedang dirasakan oleh anak					
44	Saya rasa kegiatan yang dilakukan anak tidak memerlukan pantauan dari saya					
45	Saya terbiasa mengajarkan anak untuk menggelengkan kepala jika ia tidak menyukai suatu hal					
46	Saya khawatir anak dipukul dengan temannya sehingga saya cenderung untuk berada di dekat temannya					
47	Sebisa mungkin saya menyempatkan waktu untuk meneruskan terapinya ketika dirumah					
48	Saya kurang mengerti tentang perasaan yang coba disampaikan oleh anak melalui perilakunya					
49	Saya memperbolehkan anak berada bersama dengan anak lain di tempat terapi					
50	Ketika saya sibuk saya menunda kegiatan terapi anak					
51	Saya melatih anak untuk mengenali orang-orang yang berada di sekitarnya seperti keluarga, teman, dan terapis					
52	Saya membiarkan anak untuk tidur sendirian					
53	Saya rutin melakukan pemeriksaan ke					

	dokter terkait dengan kesehatan anak					
54	Saya menyadari bahwa anak mengalami kesulitan berinteraksi sehingga saya tidak melakukan hal apapun untuk mengembangkan kemampuan sosialnya					
55	Saya setiap hari selalu menemani anak sebelum tidur sampai dia tertidur					
56	Saya kurang berkenan jika anak melakukan kegiatan yang berhubungan dengan aktivitas motorik					
57	Saya mengajak anak untuk melakukan ibadah					
58	Bagi saya, melakukan aktivitas fisik bagi anak merupakan hal yang membuang-buang waktu					
59	Saya mulai mengenalkan apa saja yang menjadi larangan dalam agama					
60	Saya merasa keterampilan yang dimiliki anak biasa biasa saja					
61	Saya mengetahui bakat apa yang dimiliki anak					
62	Pengenalan terhadap agama kepada anak bukan menjadi tujuan utama saya dalam mengasuh anak					
63	Saya setiap hari melatih anak untuk melakukan olahraga					
64	Saya mengajarkan anak keterampilan yang berguna untuk kehidupan anak kedepannya					
65	Bakat yang dimiliki anak terlalu sulit dikembangkan					
66	Saya memberikan pujian ketika anak melakukan aktifitas yang berhubungan dengan keterampilannya					
67	Saya merupakan orang yang acuh terhadap kemampuan/bakat yang dimiliki oleh anak					
68	Saya mengatakan “tidak” kepada anak ketika ia mulai tantrum					
69	Ketika saya mendekat anak merasa takut dengan saya					
70	Saya memfasilitasi apa yang menjadi bakatnya					
71	Suami lebih bisa mengendalikan anak saat marah dari pada saya					
72	Saya mengajarkan berbagai macam nama benda agar anak dapat mengidentifikasinya					
73	Saya tidak pernah memberikan hukuman kepada anak saat ia melakukan kesalahan					

	karena saya merasa kasihan					
74	Saya mulai mengajarkan anak untuk mengenal angka					
75	Saya pesimis bahwa anak saya dapat memahami apa yang telah diajarkan kepadanya hingga saat ini					
76	Saat berada di rumah, saya mengikuti tata cara program terapi untuk mengurangi tantrum anak					
77	Menurut saya, mengenalkan bentuk-bentuk huruf kepada anak sejak dini merupakan hal yang percuma					

b. *self compassion*

No	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Ketika saya berpikir tentang kekurangan saya, hal ini cenderung membuat saya merasa terpisah dan terkucilkan dari dunia					
2	Saya mencoba mencintai diri saya sendiri ketika merasa tersakiti					
3	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya akan tenggelam dalam rasa ketidakmampuan					
4	Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri sendiri bahwa banyak orang di dunia ini yang juga merasa seperti saya.					
5	Ketika sesuatu mengganggu saya, saya mencoba untuk tidak emosional					
6	Ketika saya merasa tidak mampu dalam beberapa hal, saya mencoba mengingatkan diri sendiri bahwa ini juga terjadi pada banyak orang					
7	Ketika sedang dalam kondisi yang sangat sulit, saya berusaha untuk tetap peduli dengan keadaan diri dan sebisa mungkin bersikap tenang					
8	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa bahwa banyak orang lain mungkin lebih bahagia dari saya					

9	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk memandang situasi tersebut dengan tenang.					
10	Saya mencoba untuk melihat kegagalan yang saya alami sebagai hal yang biasa terjadi pada setiap manusia					
11	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya berusaha melihat hal itu secara proporsional					
12	Saya merasa frustrasi dengan penderitaan yang saya alami					
13	Saya bisa memaklumi terhadap kelemahan dan kekurangan saya sendiri.					
14	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk memandang situasi tersebut dengan tenang.					
15	Ketika saya gagal pada sesuatu yang penting, saya cenderung merasa sendirian dalam kegagalan saya					
16	Saya mencoba untuk memaklumi dan sabar terhadap sifat saya yang tidak saya sukai					

## 5. Perhitungan hasil uji korelasi *product moment*

**Descriptive Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
Compassion	54.68	12.062	50
Keterlibatan_ibu	199.30	57.894	50

**Correlations**

		Compassion	Keterlibatan_ibu
Compassion	Pearson Correlation	1	.056
	Sig. (2-tailed)		.700
	N	50	50
Keterlibatan_ibu	Pearson Correlation	.056	1
	Sig. (2-tailed)	.700	
	N	50	50

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Compassion	Keterlibatan_ibu
N		50	50
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	54.68	199.30
	Std. Deviation	12.062	57.894
	Absolute	.132	.103
Most Extreme Differences	Positive	.132	.103
	Negative	-.080	-.083
Kolmogorov-Smirnov Z		.934	.731
Asymp. Sig. (2-tailed)		.348	.660

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

**6. Tabulasi data penelitian**

a. Keterlibatan ibu

No.	Nama Ibu (inisial)	Skor	Kategori
1	Qurota	263	Tinggi
2	Devinda	219	Tinggi
3	Ayunda F	156	Rendah
4	Dewi	183	Rendah
5	Nuril	180	Rendah
6	Larasati	333	Tinggi
7	Mita	174	Rendah
8	Sari	186	Rendah
9	Herwinda	193	Tinggi
10	Tyas	237	Tinggi
11	Fianti S	223	Tinggi
12	Asri R	258	Tinggi
13	Putri S	148	Rendah
14	Santika	138	Rendah
15	Novita	168	Rendah
16	Ariqa N	193	Tinggi
17	Rere	138	Rendah
18	S	238	Tinggi
19	Vanda	178	Rendah
20	Rita	240	Tinggi
21	Rani S	225	Tinggi
22	Litasari	223	Tinggi

23	Tri	247	Tinggi
24	Tiara	163	Rendah
25	Wulandari	119	Rendah
26	Aida	142	Rendah
27	Nurida	122	Rendah
28	Murti	289	Tinggi
29	Risky	237	Tinggi
30	Maya	236	Tinggi
31	Oktavina	130	Rendah
32	Yuyun	321	Tinggi
33	Fitri	121	Rendah
34	Lisa	150	Rendah
35	Diyana	293	Tinggi
36	Indah	325	Tinggi
37	Hanifah	217	Tinggi
38	Muniroh	128	Rendah
39	Rahma	166	Rendah
40	Yayuk	148	Rendah
41	Sally	179	Rendah
42	Nidia	260	Tinggi
43	Oktaviani	130	Rendah
44	Alfia	144	Rendah
45	Rosi	201	Tinggi
46	Yuva	257	Tinggi
47	Husnah	262	Tinggi
48	Mega	140	Rendah
49	Nurul	151	Rendah
50	Mustika	193	Tinggi

*b. Self compassion*

No.	Nama Ibu (inisial)	Skor	Kategori
1	Qurota	60	Tinggi
2	Devinda	61	Tinggi
3	Ayunda F	53	Rendah
4	Dewi	41	Rendah
5	Nuril	49	Rendah
6	Larasati	43	Rendah
7	Mita	61	Tinggi
8	Sari	68	Tinggi
9	Herwinda	61	Tinggi
10	Tyas	52	Rendah



11	Fianti S	68	Tinggi
12	Asri R	48	Rendah
13	Putri S	57	Tinggi
14	Santika	49	Rendah
15	Novita	44	Rendah
16	Ariqa N	51	Rendah
17	Rere	38	Rendah
18	S	58	Tinggi
19	Vanda	74	Tinggi
20	Rita	67	Tinggi
21	Rani S	71	Tinggi
22	Litasari	31	Rendah
23	Tri	44	Rendah
24	Tiara	41	Rendah
25	Wulandari	71	Tinggi
26	Aida	44	Rendah
27	Nurida	42	Rendah
28	Murti	43	Rendah
29	Risky	44	Rendah
30	Maya	49	Rendah
31	Oktavina	71	Tinggi
32	Yuyun	62	Tinggi
33	Fitri	68	Tinggi
34	Lisa	58	Tinggi
35	Diyana	39	Rendah
36	Indah	71	Tinggi
37	Hanifah	64	Tinggi
38	Muniroh	55	Tinggi
39	Rahma	36	Rendah
40	Yayuk	37	Rendah
41	Sally	65	Tinggi
42	Nidia	64	Tinggi
43	Oktaviani	66	Tinggi
44	Alfia	51	Rendah
45	Rosi	44	Rendah
46	Yuva	77	Tinggi
47	Husnah	72	Tinggi
48	Mega	59	Tinggi
49	Nurul	53	Rendah
50	Mustika	39	Rendah

## 7. Tabel distribusi frekuensi

**Self\_Compassion1**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tinggi	25	50.0	50.0	50.0
Valid Rendah	25	50.0	50.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

**Keterlibatan\_1**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tinggi	25	50.0	50.0	50.0
Valid Rendah	25	50.0	50.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

